

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №398
КРАСНОСЕЛЬКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА**

«УТВЕРЖДЕНА»

Приказом директора
от «30» августа 2023 № 13-од
_____ Н.П.Колоколова

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ПО ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
«ТРОПИЧКА К СВОЕМУ Я»**

Пояснительная записка

Рабочая программа составлена на основе авторской программы О.В. Хухлаевой «Тропинка к своему Я» и предназначена для работы с детьми младшего школьного возраста (1 – 4 класс). Данная программа реализуется в условиях внедрения ФГОС начального общего образования, способствует формированию метапредметных, личностных универсальных учебных действий.

Данная программа направлена на формирование и сохранение психологического здоровья младших школьников, т.к. способствует развитию интереса ребёнка к познанию собственных возможностей, учит находить пути и способы преодоления трудностей, способствует установлению атмосферы дружелюбия, формирует коммуникативные навыки, учит умению распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей.

Цель программы: помочь младшим школьникам научиться понимать себя, взаимодействовать со сверстниками, учителями и родителями, найти своё место в школьной жизни, а также предупреждение и снижение тревожности и страхов, повышение уверенности в себе.

Задачи программы:

- обучить детей приёмам саморегуляции;
- научить способам анализа своего поведения и поведения других людей;
- развивать навыки сотрудничества;
- формировать навыки конструктивного выхода из проблемных ситуаций.

Основные формы работы: занятия рассчитаны на коллективную, групповую и индивидуальную работу.

Курс внеурочной деятельности «Тропинка к своему Я» рассчитан на 34 часа, 1 час в неделю.

Содержание курса

Тема 1. Я – фантазёр (7 часов)

Я – третьеклассник. Кого можно назвать фантазером? Я умею фантазировать! Мои сны. Я умею сочинять! Мои мечты. Фантазии и ложь.

Тема 2. Я и моя школа (5 часов)

Я и моя школа. Что такое лень? Я и мой учитель. Как справиться с «Немогучками?»

Тема 3. Я и мои родители (3 часа)

Я и мои родители. Почему родители наказывают детей? Я умею просить прощение.

Тема 4. Я и мои друзья (4 часа)

Настоящий друг. Умею ли я дружить? Трудности в отношении с друзьями. Ссора и драка.

Тема 5. Что такое сотрудничество? (7 часов)

Что такое сотрудничество? Я умею понимать другого. Я умею договариваться с людьми. Мы умеем действовать сообща. Что такое коллективная работа?

Тема 6. Как делать выбор? (4 часа)

Как делать выбор? Ответственность за свой выбор. Мои поступки и поступки других людей.

Тема 7. Что такое успех? (4 часа)

Что такое успех? Как добиваться успеха. Составляющие успеха. Итоговое занятие.

Планируемые результаты освоения курса

Личностные результаты:

- развитие самоосознания;
- овладение способами выхода из трудных ситуаций;
- развитие ответственности за свои поступки;
- обретение уверенности в себе;
- повышение самооценки.

Метапредметные результаты:

Регулятивные:

- формирование регуляции эмоционального состояния и контроля;
- формирование уверенности в себе;
- овладение способами снятия тревожности;
- формирование оптимистического склада мышления и мироощущения;
- формирование положительной установки на предстоящую деятельность;
- формирование умения освобождаться от страхов;
- овладение способами переключения от неприятных впечатлений, освобождения от текущих жизненных стрессов;
- укрепление уважения к себе;
- развитие доверия к своим способностям, умениям и навыкам.

Познавательные:

- познание самого себя, своих возможностей, своих ресурсов;
- развитие интереса к окружающим их людям;
- формирование навыков саморегуляции своего состояния;
- овладение навыками успешного разрешения конфликтов.

Коммуникативные:

- формирование умения договариваться с людьми;
- овладение умением согласовывать интересы и взгляды между собой;
- развитие навыков сотрудничества, работе в команде;
- овладение начальными навыками социальной адаптации.

Тематическое планирование

№	Тема	Количество часов	Форма проведения	Цифровые образовательные ресурсы
1	Я - фантазер	7	Занятие с элементами игры. Работа в тетради «Тропинка к своему Я»	https://www.rulit.me/books/tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-nachalnoj-shkole-1-4-read-472247-1.html https://flibusta.club/b/482392/read
2	Я и моя школа	5	Занятие с элементами игры. Работа в тетради «Тропинка к своему Я»	
3	Я и мои родители	3	Занятие с элементами игры. Работа в тетради «Тропинка к своему Я»	
4	Я и мои друзья	4	Занятие с элементами игры. Работа в тетради «Тропинка к своему Я»	
5	Что такое	7	Занятие с элементами игры.	

	сотрудничество ?		Работа в тетради «Тропинка к своему Я»	
6	Как делать выбор?	4	Занятие с элементами игры. Работа в тетради «Тропинка к своему Я»	
7	Что такое успех?	4	Занятие с элементами игры. Работа в тетради «Тропинка к своему Я»	
Итого		34		